

健保からのお知らせ

日本ケミコン健康保険組合ホームページ
<https://www.chemi-con-kenpo.com/>

当健康保険組合のホームページには、健康保険制度の仕組、保健事業や健康情報が満載！
 申請書もダウンロードできますので、有効にご活用下さい。



歩フェスを開催します

開催時期 令和5年4月1日～5月31日

対象者 当健康保険組合の被保険者
実施方法 2ヶ月の歩数をMY HEALTH WEBに記録

ウォーキングによって、肥満・高血圧・糖尿病などの生活習慣病や、がん・うつ病・認知症のリスクが低下すると言われています。健康増進につながる「歩フェス」へのみなさまの積極的なご参加をお待ちしております。くわしくは掲示ポスターやチラシをご覧ください。

参加者はMY HEALTH WEB のMYポイント がもらえます！

- 《参加賞》 **300ポイント**：個人戦にエントリーした方
- 《目標達成賞》 **1,000ポイント**：期間中に総歩数50万歩達成した方
- 《個人賞》 **500ポイント**：期間中の総歩数が上位10名の方
- 《チーム賞》 **500ポイント**：登録したチームの平均歩数が上位5チームの参加者



前回の歩フェス 結果報告

令和4年10月1日～11月30日に実施した「歩フェス」にご参加いただきありがとうございました。今回は420名の方がご参加くださいました。参加された方には参加賞などのポイントを12月26日(月)に付与しましたのでご確認ください。

個人賞

1位	リトルミイ	2,044,609歩
2位	FGノット	2,025,847歩
3位	とし	2,018,656歩

チーム賞

(平均歩数)

1位	コーナーストーン	1,520,281歩
2位	七福神	855,753歩
3位	Teamギリギリ	824,298歩

飛び賞

偶然さん、クロスアップチャンバ、YB、悪モモ、TAK、ちはちゃん、みちよ、なめこ、pig-glasse、Dante

令和5年度 定期健康診査を実施します

令和5年度 定期健康診査を下記の通りご案内いたします。年に一度の健康診査を受診してセルフケアに役立てて頂ければ幸いです。なお、健診会場では手指消毒液の設置、室内換気、消毒拭き上げ等の新型コロナウイルス感染症対策を実施し、安心して受診頂けるよう取り組みを行っております。

実施日	会場コード	健診会場
4/24～4/25	I	ケミコン山形(株)米沢工場
4/26～4/28	J	ケミコン山形(株)長井工場
5/22～5/23	D	日本ケミコン(株)高萩工場
5/24～5/26	F	ケミコン東日本(株)福島工場
5/22～5/23 5/29～5/30	C	ケミコン東日本(株)岩手工場 ※婦人科健診日5/29～5/30 ※家族健診日5/30
5/31～6/2	B	ケミコン東日本(株)宮城工場 ※婦人科健診日5/31～6/1
6/2, 6/23	G	ケミコン東日本マテリアル(株)喜多方工場
6/8	H	日本ケミコン(株)新潟工場
6/9	K	ケミコン長岡(株)
6/14～6/15	A	日本ケミコン(株)本社
6/22	E	ケミコン精機(株)

実施地区	会場コード	健診会場
仙台地区	L	せんだい総合健診クリニック
宇都宮地区	M	宇都宮記念病院総合健診センター
長野地区	N	相澤健康センター
静岡地区	O	静岡市医師会健診センター
名古屋地区	P	オリエンタル労働衛生協会(名古屋)
大阪地区	Q	みどり健康管理センター
	R	オリエンタル労働衛生協会 大阪支部
福岡地区	S	西日本産業衛生会 福岡健診診療所
北陸地区	T	石川県予防医学協会

※子宮細胞診検査の受診対象年齢は35歳以上(H.元.3.31生以前)になります。34歳以下で子宮細胞診検査をした場合は、自己負担となり、後日請求させていただきますのでご了承ください。

※上記の健診機関は全日本労働福祉協会となります。

コロナ対策にご協力ください



手洗い



マスク



検温

ご家族・任意継続被保険者の皆様へ

定期健康診査の**申込みがMY HEALTH WEB からできる**ようになりました

任意継続被保険者の方の定期健康診査の自己負担額が**無料**になりました

申込方法については**4ページ**をご覧ください ▶▶▶

令和5年度 事業計画と予算

令和5年2月16日開催の第138回組合会で承認されました。

事業計画

◆特定健康診査事業と特定保健指導事業

- ・被保険者及び被扶養者を対象に特定健康診査を実施
- ・「行動変容セミナー」を実施
- ・特定保健指導該当者に保健指導を実施
- ・家族健診受診者への特定保健指導を実施

◆保健指導宣伝事業

- ・個人向けポータルサイト「MY HEALTH WEB」の活用（歩Fes.やインフルエンザ予防接種に係るインセンティブ付与など）
- ・組合機関誌「健保からのお知らせ」発行（年2回）
- ・出産家庭に育児専門書「月刊赤ちゃんとママ」誌を1年間配布（毎月）
- ・健康者表彰

◆疾病予防事業

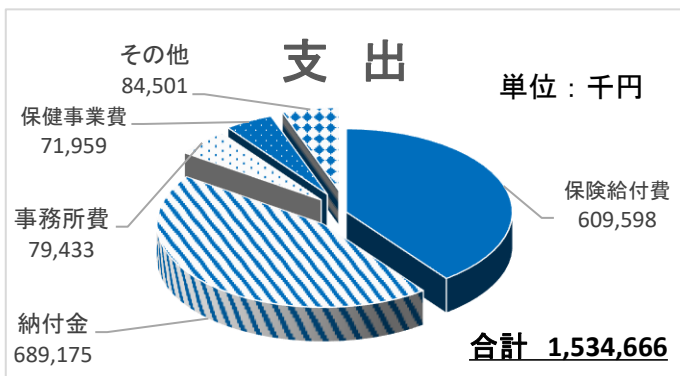
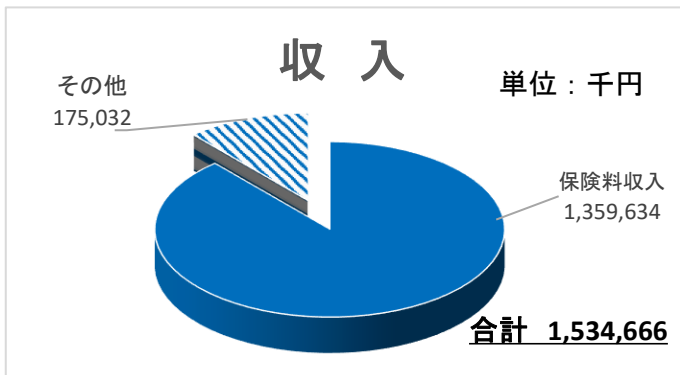
- ・定期健診、特殊健診、家族健診の実施
- ・専門職による生活習慣病予防指導、健康相談、事業所訪問の実施
- ・電話によるファミリー健康相談窓口、メンタルヘルスカウンセリング相談窓口の設置
- ・禁煙対策補助金（事業所）と禁煙外来治療補助金（被保険者）の実施
- ・海外勤務被保険者に家庭常備薬を配布
- ・感染症予防薬セットの配布
- ・糖尿病重症化予防対策

◆体育奨励事業

- ・健保組合主催による健康づくり事業の開催
- ・グループで実施した体育奨励事業に助成
- ・健康強調月間に事業所単位でウォーキングを中心とした事業の実施

一般勘定

◆予算の概要◆



① 保険給付費は例年並みを想定

令和4年度の医療費は、前年度と比較して、被保険者の医療費が952万円増となる一方、被扶養者や高齢者の医療費は、1,602万円の減となる見込みです。また、高額療養費や付加給付の支給額は1,834万円増となるため、令和5年度は昨年度より1,411万円増の6億960万円を計上しました。

② 国への納付金は前年度比2億2,500万円の増で、1億円の財産取り崩し

令和3年度納付金の精算金が+7,400万円、また給与や賞与が増加してきたこともあり、令和5年度の納付金は6億8,918万円となる見込みです。従って、保険給付費と納付金で保険料収入の95.5%を占めてしまうため、別途積立金を1億円取り崩して他の事業運営に充てます。

③ 保健事業のシステム化を推進

保健事業は、昨年度も新型コロナウイルス感染症の影響で、実施できなかった事業が多くありましたが、健康診断、感染症予防対策、歩フェス、インフルエンザ予防接種に対するインセンティブ付与などの事業は引き続き実施します。予算は、感染拡大が落ち着き各種事業が実施できることを想定していることと、保健指導や健診事業のシステム化を拡大していくため、約7,200万円としています。

介護勘定

◆予算の概要◆

収入 (千円)

科目	予算額
介護保険収入	146,048
雑収入	3
合計	146,051

支出 (千円)

科目	予算額
介護納付金	135,805
介護保険料還付金	100
積立金	1,000
雑支出	4
予備費	9,142
合計	146,051

① 介護納付金は昨年度並みの1億3,581万円

国へ治める納付金は、一般勘定と同様に、令和3年度の精算金が▲3,025万円ありますが、前年度比178万円増の1億3,581万円となりました。

*前期高齢者納付金のしくみ

○保険者間で高齢者が偏在する（65～74歳の約8割が国保）ことによる負担の不均衡を是正するため、各保険者が加入者数に応じて費用負担の調整を行う。

○前期高齢者の加入率が全国平均より低い場合にはその差額を支払い、高い場合にはその差分の交付を受ける。

◆予算の基礎数値

*()は介護保険の基礎数値

被保険者数	2,570 名	(1,800 名)
平均標準報酬月額	376,000 円	(408,000 円)
賞与対象被保険者	2,300 名	(1,200 名)
平均標準賞与額	1,400千円	(1,501千円)
育児休業見込数	10 名	(0 名)

◆令和5年度の保険料率

(単位は‰)

	保険料率	事業主負担	被保険者負担
健康保険料	92.0	51.5	40.5
調整保険料	1.30	0.73	0.57
介護保険料	16.5	9.2	7.3

公 告

番 号	公告日	件 名
第644号	R4.4.4	プライバシーポリシーの一部変更に関する公告
第645号	R4.8.8	検査及び監査規程の一部変更に関する公告
第646号	〃	令和3年度収入支出決算書・事業報告書・財産目録及び決算残金処分公告
第647号	〃	自由選択定年制度取扱規程の制定に関する公告
第648号	R4.10.11	組合会議員の補欠選挙に関する公告
第649号	R4.10.27	立候補者及び無投票選挙の公告
第650号	R4.11.10	組合会互選議員当選決定の公告
第651号	R4.12.7	組合会選定議員選定換えの公告
第652号	R4.12.13	選定理事補欠選挙の公告
第653号	R4.12.26	選定理事補欠選挙当選者決定の公告

組合会議員変更

(敬称略)

	退任した議員		就任した議員	
	役職名	氏名	役職名	氏名
選定	理事	伊藤 誠	理事	伊藤 和義
			議員	岩橋 和利
互選	議員	松谷 秀幸	議員	根本 龍樹
	議員	小堺 宏彦	議員	新飯田 翼

令和4年11月、12月に組合会議員の退任に伴う選挙が行われ、上記のとおり決定致しました。退任された議員の方、お疲れ様でした。



整骨院・接骨院での正しい健康保険の使い方

整骨院・接骨院で治療にあたる人は「柔道整復師」といい、「医師」とは言いません。そのため柔道整復師が患者に行うのは「診療」ではなく「施術」といいます。柔道整復師による施術は医師ではないことから、健康保険の使用に制限があります。「保険適用取扱」と看板を掲げていても、すべての施術が健康保険の対象になるわけではありません。健康保険が使えるのは下記の一部のケースに限られており、あてはまらない場合は、全額自己負担になります。施術を受ける前にきちんと確認して正しく施術を受けることが大切です。

健康保険が使える場合

- ◎ 急性等の外傷性のねんざ・打撲・出血していない肉離れ等
- ◎ 骨折・不全骨折・脱臼
(応急手当を除き医師の同意が必要)

健保組合では、健康保険証を使って整骨院・接骨院の施術を受けた方に、後日、施術内容や施術経過、負傷原因等の照会をさせていただく場合があります。健保組合から問い合わせがあった場合は、ご回答にご協力ください。

健康保険が使えない場合

- ✕ 症状の改善がみられない長期の施術
- ✕ 医師の同意のない骨折・不全骨折・脱臼
- ✕ 工作中や通勤途上に起きた負傷(労災保険からの給付)等
- ✕ スポーツなどによる肉体疲労改善のための マッサージ等
- ✕ 保険医療機関(病院、診療所など)で同じ負傷等の治療中での施術(保健医療機関からの投薬やシップの処方がある場合も含む)
- ✕ 日常生活からくる疲労・肩こり・腰痛・原因不明の痛みや違和感等
- ✕ 病气(神経痛・リウマチ・五十肩・関節炎・腰椎椎間板ヘルニア等)による凝りや痛み
- ✕ 脳疾患後遺症・過去の交通事故等による後遺症・以前負傷した箇所

自己負担の
支払いと
なります

施術を受けるときの注意事項

1. 負傷原因・症状を正確に伝えましょう。
2. 病院での治療(投薬)・他の接骨院等との重複はできません。
3. 施術が長期にわたる場合は、内科的要因も考えられます。医師の診断を受けてください。
4. 療養費支給申請書は必ず自分で自署(サイン)してください。
5. 領収証は必ずもらいましょう。

マイナンバーカードの保険証登録

マイナンバーカードが、保険証として利用できるようになっています。国は今後マイナンバーカードと健康保険証を一体化し、健康保険証を2024年秋をめどに廃止することを検討しています。

#マイナンバーカードの保険証登録がオススメです

保険証登録の手順

- ① 会社へマイナンバー届出
- ▼
- ② WEBや役所窓口で「マイナンバーカード」申込申請
- ▼
- ③ マイナポータルやセブン銀行ATM等から「保険証利用」の申込み

いつもの通院等が便利に!

窓口での限度額以上の医療費の
一時支払いが不要

顔認証で自動化
された受付

正確なデータに基づく
診療・薬の処方が受けられる



今年も調査！！ 被扶養者資格確認調査

調査の目的

被扶養者の現況(収入等)を確認し、引き続き被扶養者の資格をお持ちか調査をいたします。

配布時期 令和 5 年 8 月 予定
 調査内容 収入状況や別居家族の送金確認等
 提出期限 令和 5 年 9 月 末日(厳守)

※期限を過ぎますと扶養削除となります。

健保で確認する収入の主な種類

給与

調査対象の金額は、銀行に振り込まれる金額ではないという事はご存じでしたか？
 健保では給与明細の「総支給額」が対象となります。

個人年金等

個人年金は収入には含まれないと思いませんか？
 個人年金も、国民・厚生・企業年金等と同じ収入となります。

賞与

賞与も年間収入にカウントします。
 賞与明細未提出で再度提出して頂くパターンが毎年数件ございます。

昨年辞めた仕事(パート等含む)の給与

今年無職なのに、所得証明(非課税証明書等)に給与所得が載っている・・・その場合は退職日の分かる書類をご提出頂く必要がございます。

書類の不備で調査が止まってしまう方がいらっしゃいます。
期日までに書類をそろえてご提出出来ない場合は扶養削除となりますので
 調査の案内をご確認の上、早めの書類のご提出をお願い致します。



令和4年度被扶養者調査票審査の結果報告

被扶養者調査にご協力頂きありがとうございます。
 収入増で遡り削除となった事例は今回もございました。

就職	収入増	その他	合計
7	4	1	12

短時間労働者(パート・アルバイト等)の適用拡大

短時間労働者(パート・アルバイト等)でも、一定の要件を満たすと健康保険・厚生年金の被保険者となります。

※詳しい内容は年金機構HPをご参照ください。
パート・アルバイト先で健康保険に加入された場合は
 速やかに健保まで届出をお願い致します。

扶養削除等で**扶養から外れた場合、健康保険証は使用できません**。
 遡って削除等の場合、ご負担をおかけする事もございますので被扶養者でなくなった時等、速やかに届出をお願い致します。

(ご家族・任継の方) MY HEALTH WEB から健診の申込みができます

①パソコン・スマートフォンからログイン



* スマートフォン専用アプリを検索する場合、左のQRコードを読み取ってください。

* **被保険者の方のID・パスワード**でログインしてください。

②トップ画面の画像・バナーをクリック

令和5年度より3年間かけてWEB申込に全面移行します。今後の申込みについては、**なるべくWEBにて**お申込みください。

健診申込はこちらから

健診案内